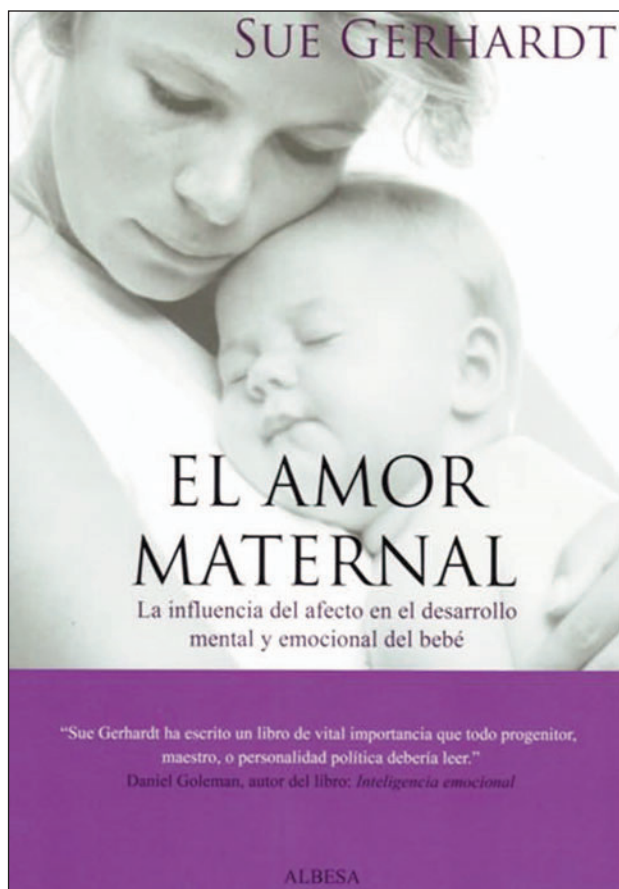


## *El Amor Maternal* (2004), de Sue Gerhardt. Editorial Albesa

Lucía Blanco  
Ámbito privado, España



### INTRODUCCIÓN

En este libro Sue Gerhardt explica la importancia para el bebé del amor y cuidado maternos, sobre todo en los primeros años de vida. Describe **el impacto que las primeras relaciones en la infancia ejercen sobre el funcionamiento psicológico y las patologías de los adultos.**

Sue Gerhardt conoció el desarrollo y la importancia de las nuevas tecnologías que estaban utilizando ciertos investigadores en distintas disciplinas: neurocientíficos, psicólogos de la Teoría del Apego, bioquímicos... tales como Damasio, que demostró la existencia de evidencias de que el área cognitiva dependía de las emociones; Le Doux, que estudió las funciones de la amígdala; Watt y Panksepp, que trabajaron de forma exhaustiva sobre la exploración de las emociones. También menciona la autora a John Bowlby, que afirmó que para comprender a la gente había de comprender también el ambiente en que vivía; a Mary Ainsworth, Stern y Fonagy, quien afirmó que nuestras mentes se desarrollan y nuestras emociones se organizan a través del intercambio con otras personas creando patrones de experiencia emocional sobre todo en la infancia; a Pert, Ruff y

Blaylock, que descubrieron en qué parte del cuerpo se localizan los receptores implicados en las respuestas emocionales. Todos ellos fueron la base de un gran cambio porque mostraron una nueva perspectiva en las relaciones madre-bebé y en las repercusiones que la cualidad de dichas relaciones podía conllevar. Los avances de estas ciencias le sirvieron de base a Sue Gerhardt para poder acceder a una explicación biológica de nuestra psicología, de nuestros comportamientos con las personas con las que nos relacionamos, y del tema de la regulación emocional, mostrándonos cómo las primeras experiencias emocionales pueden alterar la química del cerebro si no hay una buena relación madre-bebé porque no se estimulen los circuitos cerebrales adecuadamente.

Este libro está dedicado a **comprender la vida emocional en sus aspectos biológicos, psicológicos y sociales.**

## SÍNTESIS PROPUESTA POR LA AUTORA

En la página 15 la autora hace una síntesis breve de lo que serán los dos grandes bloques en que divide los contenidos, y que resumirán el amplio recorrido de lo que globalmente será el libro:

### 1.- EL CEREBRO SOCIAL

Los seres humanos aprenden a relacionarse unos con otros mediante el desarrollo de lo que denomina “el cerebro social”. La autora describe diferentes áreas del cerebro y su influencia en el terreno de las emociones y de las respuestas que el individuo da en su relación con los otros, por ejemplo: el córtex orbitofrontal como causante de la mayor o menor facilidad para la relación con los otros; el hemisferio derecho, que parece ser la zona donde se desarrolla nuestro repertorio emocional y que capta de forma global el sentimiento general de las situaciones; las emociones sociales más intensas que se generan de forma espontánea en las capas más profundas del cerebro, amígdala e hipotálamo; la amígdala como la zona donde se origina el miedo y la autodefensa; el córtex prefrontal como centro de control de activación o inhibición de otras partes del cerebro; la coordinación del córtex orbitofrontal derecho e izquierdo; la dominancia del cerebro derecho o izquierdo; la aparición de los neurotransmisores, como la dopamina; el metabolismo de la glucosa; el desarrollo de los músculos; la bioquímica de la emoción; el efecto de los sistemas nerviosos simpático y parasimpático; la presión sanguínea; los ritmos del sueño; la respiración, etc., estudiando cómo se influyen unos a otros y envían señales al cerebro. Pero realza como muy importante que hay que tener en cuenta que **las capacidades derivadas del desarrollo del cerebro van evolucionando no de forma automática, sino que el cerebro de cada bebé se desarrolla según las experiencias personales que tenga con su ambiente**. Igualmente, habrá un desarrollo de la capacidad para pensar y mentalizar las emociones con la consecuente evolución del córtex cerebral. Todos estos procesos serán responsables de que posteriormente se actúe de una determinada manera y no de otra y se establezcan diferencias en la conducta de unos individuos y otros. Señala: “Los cimientos de la personalidad se establecen durante el embarazo y los dos primeros años de vida” (p. 15); “Un niño con problemas no tiene, necesariamente, que convertirse en un padre con déficits que condicione déficits en sus hijos” (p. 14). Las experiencias, con las repeticiones, se grabarán en el cerebro y se irán quedando en la memoria en forma de aprendizaje. Las emociones se irán complejizando poco a poco y después irán apareciendo otras como la vergüenza, la tristeza y la culpa, dando lugar a nuevas posibilidades de interacción con los demás. Así pues, el cerebro emocional abarca cómo manejar los sentimientos en las relaciones con los otros.

### 2.- CAUSAS ESPECÍFICAS QUE PUEDEN DAR LUGAR A CIERTAS ENFERMEDADES

En enfermedades o trastornos que tienen lugar en la edad adulta como la anorexia, las alteraciones psicósomáticas, que son causadas por la incapacidad de poner palabras a los sentimientos, las conductas antisociales, los trastornos de la personalidad, la depresión, y también en aquellos trastornos como la baja autoestima, el retraimiento y la dificultad para pedir ayuda, o las dificultades para regular el equilibrio emocional, o el egocentrismo, o las situaciones traumáticas, etc., veremos la vinculación que tienen con algunos sucesos que han ocurrido en la infancia como consecuencia de una base poco sólida, así como la relación existente entre la regulación emocional del comienzo de la vida y el sistema inmunitario, o entre el trauma infantil y el trauma en el adulto. A modo de ejemplo, narra la autora los interrogantes que le surgieron con motivo de enfermar su madre de cáncer, que le llevaron a investigar y obtener una luz sobre las emociones y su influencia: “En aquel tiempo me hacía la siguiente pregunta: ¿cómo los sentimientos pueden matar? (...) en aquel momento se investigaba cómo el sistema inmunitario estaba ligado a las emociones y que las personas que no expresaban sus senti-

mientos de enfado o globalmente negativos, tenían un sistema inmunitario particularmente vulnerable (...) Y eso le pasaba a mi madre” (p. 110). Hoy sabemos que se sigue investigando en estos campos, y gracias a los avances de la neurociencia conocemos que el cerebro por su plasticidad tiene la posibilidad de ser modificable merced a las experiencias en las relaciones con los otros.

## PRINCIPALES TESIS DE LA AUTORA

1.- **Los cimientos del bebé y su cerebro.** A lo largo de la primera parte del libro la autora describe la dependencia del desarrollo de la vida emocional del bebé de las relaciones que tenga con los que le rodean y afirma: “los seres humanos son permeables al influjo de otras personas (...), las otras personas nos moldean (...), tanto nuestro sistema fisiológico como nuestro sistema mental se van desarrollando a medida que nos relacionamos con otras personas” (p. 21); “estas primeras experiencias escondidas y fuera de la consciencia son la base de nuestra vida emocional; dicho de otra manera, son la historia invisible del individuo” (p. 26).

Los sentimientos son los primeros en llegar y la racionalidad se construye sobre la emoción y sin ella no existiría. Las primeras experiencias como bebés tienen gran importancia en nuestra vida de adultos, porque conformarán cómo cada uno se relacionará con los demás posteriormente y porque determinarán la manera de hacer frente a los empujes de las emociones.

2.- **La regulación de los sentimientos del bebé.** Tiene lugar en los primeros tiempos y puede que sin aprender esta regulación cuando sea mayor seguirá sin poder tener un control de sus sentimientos. Así se plantea el interrogante “¿Por qué los bebés que han sido tratados con dureza pueden carecer de empatía?” (p. 179). Se sabe que el bebé llega a notar si sus expectativas serán cubiertas o no y de acuerdo a eso, él irá respondiendo en las próximas situaciones. Es notable la afirmación de Gerhardt cuando sostiene que el bebé necesita que la persona que le cuide se identifique con él, con sus necesidades, teniendo en cuenta que la función reguladora entre cuidador y bebé tiene lugar en un nivel no verbal. Se describen en el libro algunos resultados de las experiencias realizadas con bebés bien cuidados y de aquellos cuyas madres son depresivas, o irritables y sus consecuencias posteriores en los sistemas bioquímicos, en el cerebro, en los sentimientos.

3.- **La regulación de los sistemas emocionales.** La autora afirma que son básicos los sentimientos como indicadores de alerta (sonrisas, bienestar, enfados, necesidades) y como forma de mantener las relaciones. Es muy conocido en la actualidad que en la **receptividad** que exista a la interacción con otros seres es en donde se sitúa la distinción entre animales y humanos, por ejemplo la imitación de movimientos faciales de la madre, la búsqueda del rostro de las personas que están a su alrededor, la comunicación para compartir la información y el interés por una cosa es una actividad exclusivamente humana. Son interesantes a este respecto las investigaciones de Tomasello con humanos y con chimpancés (nota de la autora de la reseña).

4.- Se hace una buena descripción de algo que ha resultado fundamental para conocer el porqué de la conducta de ciertas personas que tanto han estudiado Lyons-Ruth y Fonagy, entre otros: lo que se denomina como **apego**. Se describen en el libro los tipos de apego y su relación con el sistema nervioso y con la conducta de los adultos.

5.- **La adaptación a las condiciones externas.** Depende en gran manera de las respuestas emocionales del bebé al buscar la interacción con los otros (si la situación le abrumba se aleja, en situaciones de riesgo se bloquea), “posee un núcleo consciente situado en el tronco cerebral que reacciona a las experiencias sensoriales y las evalúa con el fin de asegurar su supervivencia, (...) llora de tristeza o enfado para atraer la atención de la madre...” (p. 45), por ello se puede hablar de que existen ya unos rudimentos emocionales y de autorregulación en el recién nacido. En un estudio que hizo en un parvulario, Gerhardt llegó a la conclusión de que “no es la ausencia de la madre lo que aumenta el nivel de las hormonas del estrés, como el cortisol, sino la ausencia de una figura adulta que estuviera alerta y se hiciera responsable del estado emocional del niño en cada momento” (p. 61).

En la segunda parte del libro se estudian “las consecuencias de una base poco sólida (...) y los vínculos entre diversos trastornos que aparecen en la edad adulta y sucesos que han tenido lugar en la infancia” (p. 101). A este efecto se estudian temas tales como la relación entre patrones de personalidad y propensión a enfermedades según se manejen los sentimientos: “nosotros experimentamos sentimientos con nuestros cuerpos y no sólo con nuestros cerebros” (p. 114); la depresión y sus causas; los traumas infantiles y los traumas en los adultos; el trastorno por estrés postraumático; el trastorno narcisista de la personalidad; o el maltrato.

## CONCLUSIONES

Durante gran parte del siglo XX ha habido un gran énfasis en el conocimiento de la vida emocional. En la actualidad hay numerosos estudios en el campo de la neurociencia, en el psicoanálisis, la psicología relacional, los psicólogos del apego, en la psicología cognitiva y otros, que vienen desarrollando temas tan interesantes como la regulación emocional, las neuronas espejo, poder conocer cómo reaccionamos y cómo podemos transformar nuestras reacciones, los temas de la influencia de la intersubjetividad, la capacidad de sentir lo que el otro siente, cómo nos vinculamos los humanos, etc., por lo que este libro llega en muy buen momento para seguir aportando datos.

Me parece que su lectura interesará a los padres, madres, a los cuidadores, a los psicólogos que nos dedicamos a posibilitar que nuestros pacientes dejen de sufrir y en general a todos los que están involucrados en el cuidado de los bebés. Se describen los últimos avances científicos en forma fácil de entender. Durante su lectura, el libro conecta con nuestras emociones porque está escrito con mucha ternura y la afectividad está puesta al servicio de una cuidada prosa.